

Ханты – Мансийский автономный округ - Югра
Муниципальное образование Октябрьский район
МКОУ « Уньюганская средняя общеобразовательная школа №1»
628128, пос. Уньюган, ул. Тюменская,65, РКЦ пгт. Октябрьское, БИК 047164000, Р\с
40206810900000140032
ИНН 8614002269, Тел\факс (код 34672) (272) 48-122.
Адрес в Интернете: unyugan.school-1@ mail.ru

**XI РАЙОННЫЙ ФЕСТИВАЛЬ
«МЕТОДИЧЕСКИЙ КАЛЕЙДОСКОП – 2021»**

***Конкурсная номинация:* СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Тема: «СИЛА ДУХА В ДВИЖЕНИИ»

Автор работы:
Шарафиева Елена Михайловна,
учитель физической культуры,
МКОУ «Уньюганская СОШ №1»

2021 год

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ «СИЛА ДУХА В ДВИЖЕНИИ»

Аннотация

Работая, учителем физической культуры, считаю, что большое и важное значение имеет проведение спортивно - оздоровительных мероприятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья. Дети активно участвуют такого плана мероприятиях. Соревнования стимулируют их двигательную активность. В целях совершенствования физического воспитания, развития физической культуры и спорта в нашей школе, реализующей адаптированную программу для детей с ограниченными возможностями здоровья проводятся мероприятия спортивно-оздоровительной направленности, которые способствуют формированию положительной мотивации и потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладению основными видами физкультурно-спортивной деятельности, развитию физических качеств и способностей, совершенствованию функциональных возможностей организма, укреплению индивидуального здоровья. Данное мероприятие помогло обогатить школьную жизнь эмоциональными впечатлениями, опытом культуры взаимодействия детей в процессе мероприятия.

Спортивно – оздоровительное мероприятие для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Сила духа в движении»

Цель: Формирование устойчивой мотивации на здоровый образ и всестороннее развитие ребенка в соответствии с его возможностями.

Задачи: 1. Способствовать развитию физических возможностей и снятию психологической напряженности у детей с ОВЗ.

2. Содействовать возможности самореализоваться, совершенствоваться как личность, развивать и поддерживать интерес занятиями физической культурой, как образа жизни

3.Способствовать воспитанию коммуникативной культуры: взаимодействию со сверстниками в процессе игровой деятельности.

Место и сроки проведения: спортивный зал, декабрь.

Инвентарь: конусы 5 шт., клюшка хоккейная 2 шт., теннисный мяч 4 шт., мяч баскетбольный 6 шт., кочки (разрезанные пополам баскетбольные мячи) 6 шт., кольцо брос 2 шт., мячи смайлики 15 шт., мяч волейбольный 2 шт., напольное баскетбольное кольцо 1 шт.

Оборудование: компьютер, подключенный к проектору с экраном, музыкальная аппаратура, микрофон.

Оформление зала:

- 1) плакаты с пословицами о здоровье;
- 2) воздушные шары;
- 3) плакат с названием праздника «Сила духа в движении»;
- 4) столик для атрибутов к спортивной игре;
- 5) стол для жюри.

Ход мероприятия

(Звучит фонограмма веселой мелодии на спортивную тематику)

Ведущий (учитель физической культуры): Здравствуйте, дорогие ребята, уважаемые родители, гости и судьи! Я очень рада приветствовать вас на спортивном празднике «Сила духа в движении». Сегодня в нашем зале присутствуют замечательные ребята, жизнерадостные и талантливые, которых можно только позавидовать. Ребята, которые сильные духом, твердой волей, умеющие побеждать и преодолевать самые трудные преграды. Сейчас, я попрошу вас, взять в руки мяч -



смайлик и повторить его улыбку, если вы готовы к состязаниям, таким образом я узнаю ваше настроение и готовность к нашему мероприятию (ребята берут в руки мяч – смайлик и повторяют улыбку смайлика).

Ведущий: Все ли готовы?

Дети: Да! (Ответы детей)

Ведущий: Я рада, что у нас отличное настроение. Надеюсь, что мероприятие пройдет интересно и увлекательно. Не случайно нашу встречу, мы начали со слова «здравствуйте». Мы говорим вам - здравствуйте, а это значит, что мы желаем вам здоровья! Мы рады здесь вас всех видеть! Но что же такое здоровье? Здоровье - это когда тебе хорошо, это ловкость, гибкость, это когда ты радуешься жизни и просыпаешься бодрым и веселым. Здоровье – это сила и движение. А сила во многом определяется силой духа - это и упорство, и уверенность в себе, непоколебимость и несгибаемость! Все слышали, чтобы быть здоровым необходимо как можно больше двигаться. Ведь недаром говорят: «Движение – это жизнь».

На спортивную площадку
Приглашаем, дети, вас.
Праздник спорта и здоровья
Начинается сейчас.

(Представление жюри, судей, детей) звучит музыка «спортивный сигнал».

Ведущий: Итак, с участниками познакомились, с жюри познакомились, напутствие услышали - пора начинать мероприятие! Но любое состязание начинается с разминки.

Чтоб здоровым быть сполна
Физкультура всем нужна.
Для начала по порядку –
Все мы сделаем зарядку!

Я предлагаю вам всем немного подвигаться, размять свое тело, выполнить зарядку. Дети выполняют повтор упражнений за учителем и видеоматериалом, который транслируется на экране в спортивном зале.

<https://www.youtube.com/watch?v=C84BaGhn3Q4>

Ведущий: У нас сегодня необычное мероприятие, мы отправимся на спортивные станции, где вас ждут удивительные задания и обязательно хорошее настроение.

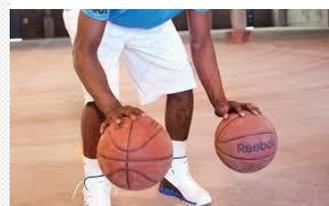
В спортивном зале расположены «спортивные станции» на которых надо выполнить задание. При правильном выполнении задания ученик получает жетон. Задачей каждого игрока является сбор жетонов на «станциях» после выполнения определенного задания. Ну вот, все формальности закончены, можно начинать.

Учитель физкультуры показывает расположение «станций» и представляет судей, которые будут следить за выполнением заданий.

Станция №1: Хоккейная эстафета. Участник с клюшкой ведет мяч, обводя конусы, туда и обратно.



Станция №2: Ведение мяча на месте одним и двумя мячами (по выбору ребёнка).



Станция №3: Кольцеброс. Устанавливаются кольцебросы, на расстоянии 2 и 3 м от них проводится линия броска. Если участник заступает за линию, то бросок не засчитывается. Каждое попадание приносит один балл. Участник выполняет пять пробных и пять зачётных бросков. Правила техники безопасности при проведении игры «Кольцеброс»: использование безопасных материалов (кольца, обмотанные изолентой); запрещается толкать друг друга во избежание травм. Техника выполнения: исходное положение - левая нога отставлена назад, руки вдоль туловища; при прицеливании правая рука с кольцом выносится вперед на уровне пояса; при замахе отводится в сторону левой руки, при броске правая рука проносится вперед-вниз, корпус наклоняется в сторону.



Станция №4: Бросок в баскетбольное кольцо или напольное баскетбольное кольцо (по выбору ребёнка). Количество попаданий 3 раза.



Станция №4: Собрать пазлы и сочинить короткий рассказ о здоровом образе жизни.



Станция №6: Подбрасывание мяча вверх 10 раз.



Станция №7: "Спортивная ходьба"

В нашей эстафете процесс ходьбы будет таким: участники, делая шаг, пятку одной ноги должны вплотную приставить к носку другой. То есть с каждым шагом участники будут передвигаться вперед только на длину подошвы их обуви. На расстоянии 8 м лежит обруч. В нем находится мяч, взяли его, и таким же шагом назад.



Станция №8: Прыжки через кочки 3 раза туда и обратно	
Станция №9: Сбить кегли за определённое время.	
Станция №10: Ловушка. За определённое время как можно больше совершить количество попаданий.	

Судьи на станциях показывают, что же вам предстоит выполнить.

Показ заданий помощниками.

Напоминаю, что упражнение, надо выполнить на «станции» правильно, чтобы получить жетон. На каждую «станцию» юный спортсмен может прийти три раза, но если задание не выполнено, то судья жетон игроку не выдает. Получив свой жетон, переходите к следующей станции.

Учитель физкультуры напоминает о том, что по мере получения жетонов, игроки должны их сдавать жюри, которые фиксируют результаты.

Итак, мы начинаем. Дети начинают выполнять спортивные задания на станциях, получают жетоны и отдают их жюри. (задания выполняют под музыку)

После выполнения всех заданий детям предлагается поиграть в игру «Гонка мячей» Дети встают по кругу на расстоянии шага один от другого. Учитель подаёт мяч одному из игроков и даёт сигнал для начала игры. Дети передают мяч друг другу по часовой стрелке. По сигналу мяч передаём в другую сторону. Мячи добавляются, могут быть разные по размеру и весу (набивные мячи 1 кг.). Важно не уронить мяч.

Подведение итогов. Предоставляем слово жюри, которое подведет итог наших соревнований. *(слово председателю жюри (ФИО) награждение ребят по номинациям «ловкий хоккеист», «юный метатель», «самый скоростной», «самый спортивный») и т.д.*

При награждении звучат «фанфары»

Ведущий: Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость.

Используемая литература

- 1.Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол. М. «Просвещение», 2013 г.;
- 2.Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре к УМК В.И. Ляха «Школа России»; М: Вако 2013г.

Интернет- ресурсы

- 1.<https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/meropriyatia/viesielyie-starty-dlia-nachal-noi-shkoly>
- 2.<https://infourok.ru/sportivnoozdorovitelnoe-meropriatie-dlya-detey-s-ovz-puteshestvie-po-stanciyam-zdorovya-954755.html>
- 3.<https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/03/10/stsenariy-vneklassnogo-meropriyatiya-dlya-detey-s-ovz>

4. <https://yandex.ru/search/?text=%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%20%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%B0%20%D0%BD%D0%B0%20%D0%B1%D0%B5%D0%BB%D0%BE%D0%BC%20%D1%84%D0%BE%D0%BD%D0%B5%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9&lr=11186>